

ET VOUS ? APPRENEZ À VOUS RETROUVER DANS LA PERSONNALITÉ DU DIABLE !

Assumez votre profil Diable/Dragon

C'est peut-être l'instant fatidique, tant redouté, celui d'affronter votre ombre, position fort inconfortable j'en conviens. Le but avec ces exercices est de sortir de certaines peurs, de vous libérer de certains pièges. Si certaines questions suscitent un malaise, c'est qu'il y a une problématique qui mérite d'être dénouée. Le fait d'en prendre conscience va vous aider à mieux vous positionner dans la vie. C'est un travail d'affirmation, car en vous concentrant sur vous-même, vous allez réinvestir votre propre énergie.

- Faites une liste de toutes les choses qui vous font peur.
- Brûlez la liste.
- Réécrivez une nouvelle liste de tous vos objectifs actuels, tous vos projets, tous vos rêves. Canalisez vos ambitions, reconnaissez-les et apprivoisez vos peurs.
- Test de jalousie :
 - Constituez, selon l'exemple ci-dessous, un tableau des personnes pour qui vous éprouvez un sentiment d'envie, voire de jalousie. La jalousie est un masque cachant la peur : la peur de ne pas être capable d'obtenir ce que nous voulons, la frustration, lorsque quelqu'un semble obtenir ce qui nous revenait de plein droit, même si nous étions effrayés à l'idée d'aller le

chercher. La jalousie est un combustible qui peut nous transporter vers un avenir meilleur.

- Nommez ceux dont vous êtes jaloux ou envieux, écrivez pourquoi, soyez aussi spécifique et précis que possible. Enfin, dans la dernière colonne, citez ce que vous pouvez faire pour prendre des risques créatifs et sortir de la jalousie.

Qui ?	Pourquoi ?	Antidote
Ma sœur Stéphanie	C'est une artiste talentueuse.	Commencer une activité artistique (peinture, dessin, photo).
Mon ami Jacques	Il écrit des romans.	Essayer de me mettre à l'écriture.
Mon collègue de travail	Il voyage beaucoup.	Réfléchir à un projet de voyage.
Nicole Kidman	C'est une grande actrice.	M'inscrire à un cours de théâtre.
Eric Clapton	C'est un guitariste génial.	Me mettre à la guitare.

Vos activités à privilégier

- Regardez la saga *Star Wars* de George Lucas et surtout le film *L'Empire contre-attaque*, épisode 5. Dark Vador est un Diable qui a mal tourné et son fils Luke, un Diable

qui se réalise en chevalier Jedi avec son sabre laser. Leur confrontation donne une idée de la dialectique entre l'ombre et le Soi.

- **Faites une partie d'échecs.**
- **Lisez *Apprivoiser son ombre*** de Jean Monbourquette (Points, 2015).

Votre mantra personnel

Procédez à un temps méditatif, respirez, laissez faire sans chercher à contrôler, vivez le moment tout simplement et dites vos phrases à voix haute. Lâchez le mental et laissez-vous faire, ne cherchez pas à contrôler le processus, même si cela semble ridicule ou irrationnel. Sachez qu'une part profonde et lumineuse en vous, que l'on nomme le Soi, va se révéler dans cet exercice. Citez les nouveaux comportements que vous êtes prêt à mettre en place.

Je suis en dehors de toute projection négative, j'accepte d'être confronté à mes ténèbres, je me libère de mon ego, je convertis mon ombre en connaissance intuitive, ce qui m'amène à



LA PERSONNALITÉ MAISON DIEU OU LE PROFIL DU RÉFORMATEUR (PERSONNES NÉES UN 16)

PRÉSENTATION DE LA MAISON DIEU

Généralement, cette image évoque une catastrophe dans l'inconscient collectif. Elle remémore des événements violents, des chocs et des cataclysmes qui ont traversé l'histoire de l'humanité. Cette violence qui s'abat sur l'être humain subitement et sans raison apparente, telle la foudre qui tombe du ciel, suscite dans l'esprit de chacun le besoin de se protéger des attaques du monde extérieur. À travers